



モラハラ（モラルハラスメント） 一通の手紙

中尾英司（家族相談士・シニア産業カウンセラー）



＜多くの夫婦のとあるストーリー＞

■起

不機嫌
怒鳴る
無視する
馬鹿にする

それを言うと
「被害妄想」と返される

一方で
「空気を読め」と言われる

そう言われるのがイヤで
夫の顔をうかがうようになり
自分の感情は封印していった

■承

夫が計画したら行かなければならず
行ったら楽しまなければならぬ

子供にはいい父親振りを見せてはいるが
子供の前で私を蔑む

子供を味方につけ
私は家政婦

…子供に当たってしまっている
ハッと気づいた

■迷1

夫を変えようとしても変わらない
だから夫の感情は無視し、自分がなんとでも思わ
ずに生活できるようになろうとした

が、
動悸がする
胸がざわつく
夫に死んでほしいと思う

やはり、離れなければいけない
でも、生活基盤は…
迷う中で、何とか自分を取り戻し、



強い自分になろうと、
女性専門のカウンセリングに通い、
子供時代を振り返り、
心療内科にも通った。

自分が戻ってきた…

■限

「おまえがおかしい」と何度も言われたある日、
突然、全身がガタガタと震えだした

『あ、なんか私おかしい』
不思議と冷静な自分がそう思っていた。

■迷2

私はなんでここにいるのか

私はただ、
「私の気持ちをわかろうとして欲しい」
—それだけだった。

それに、私は、夫から離れるのが怖かった。
自分の不幸を責任転嫁する対象を失うのがイヤ
だったのだ。

でも、もう自立しなければ
この関係を選んだ責任を、
この生活をここまで続けてしまった責任を、
私は自分でとらなければならぬ…

私は、メールを出した
家族カウンセリングは、まだ可能性があるのか…

■転

冒頭から最後まで泣き通しだった。
涙でぐちゃぐちゃになりながら読んだ。

劣りの言葉—名前をつけようのない感情が湧
き上がって涙があふれた。

次に
自分に自信を持っていいと褒められて、嬉しく
て嬉しくて泣いた。

そして
「ご主人へのカウンセリングは、現時点では意
味がありません」
—絶望に打ちのめされた…。

でもこれで、半端な希望を持たずにすんだ。
どんどん夫から心を離していくことができた。

やがて、すっかり他人の心情になってくると
近寄りたくない、という気持ちが強くなっていく。
この気持ちを、私は素直に受け入れたいと思った。

■結

私たちは離婚した。

拍子抜けするほど、生活には変わりがない。
子どもたちも健やかだ。

そして、
心が解放されて自分でいられる時間が長くな
った。

見上げる空が、気持ちいい。

(中尾英司)

※本稿は中尾先生のブログでも公開されています。
「あなたの子どもを加害者にならないために」(Google入力)
でご訪問ください。(パピリオン編集部)

＜著者紹介＞

中尾英司（家族相談士・シニア産業カウンセラー）

■メール: sodan@jiritusien.com

■サイト:「中尾相談室」、「組織改革ご支援.COM」。

■ブログ:「あなたの子どもを加害者にならないために」

華麗なるナノコラ

世界初・植物性ナノコラーゲン美容



ハーバルコラーゲン
\$ 270
漢方薬用人参で極める保湿肌
漢方薬用人参の根から抽出したナノコ
ラーゲンは、浸透力が抜群でお肌の弾
力性を高めます。
世界初の植物性ナノコラーゲンで優れ
た浸透力、保湿力を実感下さい。
小じわエステに最適な保湿力の高い
マイクロレベルで開発されたナノコラー
ゲンです。

ハーバルソープ
\$ 30
柿渋エキスで清潔な肌

柿のシブミから抽出した天然原料により悪臭の発生を
除去。高い抗菌力と洗浄力で、ニキビ肌、お肌の弱い方
にもご利用いただけます。ボディに直接ソープをぬる
だけでも、美容洗浄、抗菌抗菌力を実感出来ます。



ADORE

JE T'AI ME MOI NON PLUS

「ハーバルコラーゲン」をお買い上げ
の方に、「ハーバルソープ」を1つ
プレゼントさせていただきます。

お問合せ・ご注文 Pavilion Shop
Tel: 847-640-9676 (月～金: 10時～17時/CT)
shop@pavilion-america.com
美しくあり続けたいあの人へのギフトに..